

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan individu unik dimana memiliki ciri khas dan karakteristik tersendiri. Dari hal tersebutlah, tidak jarang isu tentang remaja banyak dibahas dan diteliti, mulai hal yang positif seperti pencapaian yang telah diperoleh, pola pikir mereka hingga hal yang negatif seperti perilaku mereka yang tidak jarang menimbulkan masalah. Hal ini tidak lepas dari masa remaja yang merupakan masa dimana individu sedang mencari jati diri atau identitas diri. Remaja yang memiliki rasa ingin tahu yang cukup tinggi cenderung akan mencari tahu tentang sesuatu hal dengan orang terdekat dan orang yang ia percayai. Remaja akan cenderung dekat dengan teman sebaya daripada dengan orangtua karena pada perkembangan sosial seorang remaja sedang berada pada tahap *social cognition* dimana mereka memiliki kemampuan untuk memahami orang lain. Berdasarkan pemahaman itulah, remaja akan menjalin hubungan yang baik dan akrab dengan teman sebayanya (Sprinthall & Cllins, 2002).

Seorang remaja yang memiliki hubungan yang lebih dekat dengan teman sebaya sering memberikan efek yang sangat signifikan bagi remaja itu sendiri mulai dari pola pikir terhadap suatu hal, sudut pandang dan

pemikiran yang berbeda dari orang dewasa, berkomunikasi dengan lingkungan sekitar, hingga dalam pengambilan keputusan. Remaja biasanya dalam hal pengambilan keputusan sangat dipengaruhi oleh teman sebaya. Mereka akan meminta pendapat dan pertimbangan dari teman mereka bahkan tidak jarang langsung mengikuti apa yang dilakukan oleh teman mereka. Desakan untuk konform pada teman sebaya cenderung sangat kuat selama masa remaja (Santrock, 2007). Konformitas terhadap desakan teman sebaya itulah terkadang banyak remaja yang terjerumus dalam perilaku yang negatif meskipun terkadang ada juga yang berdampak positif bagi diri remaja.

Pengambilan keputusan yang dilakukan oleh remaja sangat berkaitan erat dengan kemandirian (*autonomy*) remaja itu sendiri karena jika seorang remaja memiliki kemandirian di dalam dirinya otomatis dia sudah memutuskan keputusan untuk tidak terpengaruh oleh orang lain tetapi ia dapat mengontrol perilaku, perasaan, dan dirinya sehingga dapat bertanggung jawab secara sosial serta dapat terhindar dari perilaku yang dapat merugikan dirinya sendiri (DiFranza *et al.*). Namun jika kita lihat sekarang ini, banyak remaja yang belum dapat mandiri dalam mengambil sebuah keputusan, mereka masih sangat terpengaruh oleh teman sebaya khususnya kemandirian terhadap merokok. Banyak remaja yang terpengaruh dan sering mengikuti perilaku keluarga dan teman yang merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Alvin Fadilla

(2013) tentang Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja bahwa penyebab remaja merokok paling tinggi disebabkan karena keluarga mereka merokok dan faktor teman sebaya yaitu masing sebesar 38,4% dan 38,6%. Padahal secara kognitif, remaja telah mampu berpikir dengan sudut pandang orang lain dan membandingkan dengan sudut pandang dirinya sendiri sehingga ia mampu memutuskan solusi terbaik bagi masalahnya sendiri. Selain itu, remaja juga telah mampu berpikir mengenai moral dan etik sehingga ia mampu menentukan tingkah laku yang baik dan buruk tanpa otoritas dari orang lain sehingga mereka tidak melakukan tingkah laku seenaknya yang dapat merugikan orang lain (Yusuf, 2011).

Akan tetapi pada kenyataannya di dalam kehidupan sosial, remaja masih sering tidak dapat menyelesaikan permasalahan sendiri dan juga mengikuti apa kata orang lain serta terpengaruh oleh orang lain khususnya teman sebaya. Seperti hasil penelitian yang dilakukan Nandang Budiman (2013) bahwa hampir 60% remaja belum memiliki kemandirian di dalam dirinya, masih banyak dari mereka yang terpengaruh oleh teman sebaya dan faktor orangtua dalam mengambil sebuah keputusan. Data tersebut menunjukkan bahwa masih rendahnya kemandirian yang dimiliki oleh seorang remaja.

Rendahnya kemandirian pada diri remaja tentu akan membawa efek yang tidak baik bagi dirinya, sebagai contoh yang sering terjadi dikalangan

remaja yaitu merokok. Seperti penelitian yang dilakukan Robert Scragg (2008) tentang *Diminished Autonomy over Tobacco Can Appear with The First Cigarettes* bahwa remaja usia 10-14 yang merokok sebulan sekali akan kehilangan kemandirian sebesar 66%, remaja yang merokok seminggu sekali akan kehilangan kemandirian sebesar 82%, sedangkan remaja yang merokok hampir setiap hari akan kehilangan kemandirian sebesar 95%. Hal ini menunjukkan bahwa remaja yang sering merokok akan memiliki kemandirian yang rendah. Mereka akan sulit untuk memutuskan untuk tidak merokok karena akan sangat ketergantungan dengan rokok.

Remaja yang merokok akan cenderung mengikuti dan terpengaruh oleh teman sebaya karena tekanan teman sebaya pada diri remaja sangatlah berpengaruh. Hal ini disebabkan seorang remaja yang ingin agar dapat diterima dengan lingkungan sekitarnya terutama teman-temannya sehingga dengan cara mengikuti perilaku merokok itulah akan diterima dengan baik. Padahal jika seorang remaja memiliki kemandirian dalam dirinya dan secara tegas memutuskan untuk tidak merokok, akan lebih cenderung terhindar dari perilaku yang negatif (merokok) karena remaja tersebut lebih bisa memilih mana yang baik dan mana yang buruk bagi dirinya. Kemandirian seharusnya sudah dibentuk sejak individu masih bayi. Menurut Erikson, peran orangtua sangat dibutuhkan guna menumbuhkan kemandirian karena anak akan mencoba untuk mandiri

secara fisik seperti berjalan, berkelana, dll. Orangtua harus memberikan kebebasan pada anak agar ia dapat menjelajah/mengeksplor sehingga timbulnya rasa kepercayaan diri sejak kecil (Hidayat, 2011). Akan tetapi, sayangnya banyak orangtua yang memberikan kebebasan dalam mengambil keputusan sepenuhnya kepada anak dimulai sejak individu menginjak masa remaja meskipun tidak jarang juga masih diawasi dan sebagian keputusan atas andil orangtua sehingga kemandirian akan sulit terbentuk pada diri seorang remaja.

Salah satu contoh yang ditimbulkan dari kurangnya kemandirian yang ditanamkan di dalam diri seorang remaja khususnya dalam hal pengambilan keputusan adalah merokok. Menurut penelitian yang dilakukan oleh DiFranza dkk tahun 2009 mengenai *The Autonomy over Smoking*. Data menunjukkan bahwa 52 % remaja usia 10 tahun hingga 17 tahun yang merokok setiap harinya, mereka masih ketergantungan terhadap rokok setiap harinya di dalam aktivitasnya sehingga rokok menjadi barang yang harus dikonsumsi dalam kehidupan sehari-hari. Banyak dari mereka kesulitan untuk secara mandiri mengambil keputusan untuk tidak merokok. Oleh karena itu, jika teman mereka merokok, secara otomatis akan ikut merokok yang awalnya tidak merokok guna untuk sekedar solidaritas dan dapat diterima dikelompoknya.

Efek atau dampak yang ditimbulkan dari ketergantungan terhadap merokok bagi perokok sangatlah besar khususnya pada aspek fisik, psikis,

dan sosial. Begitupun bagi diri seorang remaja yang telah memiliki ketergantungan terhadap merokok. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Indri Kemala (2008) tentang perilaku merokok pada remaja bahwa dampak bagi diri remaja yang telah memiliki ketergantungan pada rokok akan mendorong munculnya penyakit yang menimbulkan kematian. Selain itu, efek rokok yang berupa adiksi akan menimbulkan seorang remaja mencoba-coba hal-hal baru sehingga akan menjadikan pintu masuk ke dalam dunia narkoba. Disisi lain, juga menyebabkan remaja yang merokok akan dijauhi oleh teman-teman dan pergaulan karena perilaku negatif yang dilakukan. Oleh sebab itu, dampak dari ketergantungan terhadap merokok bagi diri remaja sangatlah besar dari berbagai aspek.

Merokok dikalangan remaja menjadi permasalahan yang dari tahun ke tahun sulit untuk diselesaikan. Merokok sudah menjadi kebiasaan buruk yang dimiliki oleh remaja Indonesia. Jumlah perokok usia muda di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Lembaga Swadaya Masyarakat Lentera Anak Indonesia, 45% remaja berusia 13-19 tahun adalah perokok. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Muhammad Rachmat dkk tahun 2013 mengenai perilaku merokok dikalangan Sekolah Menengah Pertama (SMP) bahwa dari tahun ketahun Indonesia mengalami peningkatan perilaku merokok mulai dari usia 10-14 tahun yaitu sebesar 2,0%. Selain itu, survey yang dilakukan *Global Youth Tobacco Survey* (2009) terhadap 3.319 pelajar

berusia 13-15 tahun di Indonesia menemukan bahwa sebanyak 30.4% pelajar pernah merokok dengan presentase jumlah perokok laki-laki sebesar 57,8% dan jumlah perokok perempuan 6,4%.

Salah satu penyebab peningkatan jumlah perokok pada usia remaja yaitu disebabkan oleh usia seseorang yang menjadi semakin dini saat pertama kali merokok. Berdasarkan data *Indonesian Young Adult Reproductive Health Survey* (2007), sekitar 30% remaja mulai merokok saat berusia 15-19 tahun dan lebih banyak terjadi pada remaja laki-laki dibandingkan dengan remaja perempuan. Selain itu, peningkatan jumlah perokok pada remaja juga disebabkan kemudahan dalam memperoleh rokok dan tidak diberlakukannya perlakuan khusus mengenai batasan usia yang diperbolehkan untuk membeli rokok. Hal tersebut didukung fakta yang ditemukan oleh *Global Youth Tobacco Survey* (2009) bahwa sebanyak 51,1% remaja membeli rokok di toko rokok dan 59,0% remaja membeli rokok di toko yang tidak memberlakukan batasan usia dalam membeli rokok. Hal inilah yang semakin membuat remaja sulit untuk memiliki kemandirian untuk tidak merokok. Mudahnya membeli rokok dan pengaruh teman sebaya yang sangat kuat, semakin meruntuhkan keinginan kuat remaja untuk tidak merokok. Remaja akan kesulitan untuk secara mandiri dan tegas dalam mengambil keputusan tidak merokok.

Data di atas yang menunjukkan bahwa di kalangan remaja terutama usia 10-15 tahun sangat mudahnya mereka untuk membeli rokok sehingga

memungkinkan mereka untuk memiliki kebiasaan merokok. Usia tersebut merupakan usia pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang dapat dikatakan usia muda dalam merokok. Perilaku merokok di kalangan SMP sudah menjadi masalah yang serius karena jumlah angka yang terus meningkat disetiap tahunnya yaitu sebesar 2,0%. Perlu adanya pencegahan dan penanganan serta membutuhkan usaha yang keras juga untuk permasalahan merokok dikalangan SMP ini oleh pihak terkait khususnya dalam lingkup pendidikan.

Perlu adanya pencegahan dan penanganan terhadap kalangan SMP yang merokok disebabkan karena adanya peningkatan efek negatif yang ditimbulkan dari tembakau khususnya bagi kelangsungan hidup penggunaannya apalagi jika tembakau tersebut dikonsumsi oleh kalangan remaja SMP yang mana mereka merupakan kalangan muda generasi penerus bangsa, seharusnya memiliki kemandirian di dalam dirinya sehingga dapat secara mandiri dan tegas untuk tidak merokok serta dengan memiliki kemandirian dapat menjadi agen pergerakan pencegahan merokok dikalangan remaja bukan malah pengguna barang tersebut.

Rokok dikenal sebagai penyebab utama munculnya berbagai penyakit dan tingginya angka kematian, hal tersebut tidak mengherankan mengingat terdapat 1,2 milyar perokok mulai dari usia remaja hingga usia lanjut usia di dunia dan lebih dari 800 juta perokok diantaranya di negara berkembang (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan, 2013).

Apalagi jika merokok sudah dimulai dari usia remaja yang tentu akan sangat berdampak tidak baik bagi kelangsungan hidup kedepannya bagi diri remaja itu sendiri, mulai dari ketergantungan dengan rokok setiap harinya, mengganggu performa ketika di sekolah, mudah lelah jika berkaitan dengan kegiatan fisik, hingga penyakit yang berkaitan dengan pernapasan (Mickay, 2002).

Data terbaru *Global Youth Tobacco Survey (GYTS)* tahun 2014, 18,3% pelajar Indonesia sudah memiliki kebiasaan merokok, dengan 33,9% berjenis laki-laki dan 2,5% berjenis perempuan. GYTS melakukan survey pada pelajar tingkat SMP berusia 13-15 tahun. Data dari GYTS juga menunjukkan bahwa sebagian besar perokok pelajar tersebut masih merokok kurang dari lima batang dalam sehari. Artinya jika pelajar sudah banyak yang merokok, DKI Jakarta yang merupakan daerah dengan kepadatan penduduk yang tinggi dengan jumlah usia produktif yang tinggi pula memiliki peran andil dalam jumlah pelajar yang merokok.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan kepada 30 siswa SMP Negeri di DKI Jakarta yang merokok, dapat disimpulkan bahwa hampir semua tidak terlalu memiliki ketergantungan yang cukup tinggi terhadap rokok. Mereka menjawab hanya merokok jika berkumpul dengan teman-teman meskipun terkadang ada yang merokok untuk menghilangkan stres mereka. Disisi lain, dapat disimpulkan juga bahwa siswa tersebut tidak memiliki kemandirian dalam hal menentukan

keputusan untuk tidak merokok karena faktor dan penyebab mereka merokok adalah teman-teman mereka yang merokok juga. Mereka mengakui masih sangat sulit untuk memutuskan berhenti merokok karena mayoritas teman-teman jika sedang berkumpul banyak yang merokok.

Melihat fenomena dikalangan siswa khususnya siswa SMP yang merokok, membuktikan bahwa mereka masih belum memiliki kemandirian di dalam dirinya untuk memutuskan secara mandiri dan tegas tidak merokok meskipun disekitarnya banyak yang merokok. Masih banyak dari mereka yang dipengaruhi oleh teman sebaya untuk melakukan tindakan merokok sehingga memberikan efek yang negatif yaitu memiliki ketergantungan merokok sejak remaja.

Ketergantungan terhadap merokok menjadi sangat penting untuk diteliti karena dengan mengetahui gambaran hasil mengenai sejauh mana tingkat ketergantungan terhadap merokok yang dimiliki siswa, dapat dijadikan acuan oleh guru BK di sekolah untuk membantu dan menangani siswa yang telah memiliki tingkat ketergantungan terhadap merokok sehingga diharapkan tingkat ketergantungan terhadap merokok dapat berkurang dan perilaku merokokpun dapat dihilangkan. Dengan begitu, dampak yang ditimbulkan dari ketergantungan terhadap merokok bagi diri remaja dapat dicegah karena akan merusak kehidupan masa depannya dan generasi muda kedepannya.

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian survey untuk mendapatkan gambaran mengenai **“Gambaran Ketergantungan terhadap Merokok pada Remaja SMP (Survey dilakukan di SMP Negeri se-Kelurahan Duren Sawit)”**

B. Identifikasi Masalah

1. Bagaimana gambaran tingkat ketergantungan terhadap merokok pada remaja SMP ?
2. Apa saja dampak yang ditimbulkan dari ketergantungan terhadap merokok bagi diri seorang remaja SMP ?
3. Bagaimana pengaruh antara kemandirian yang dimiliki remaja SMP terhadap ketergantungan terhadap merokok ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan paparan peneliti pada latar belakang dan identifikasi masalah maka peneliti membatasi permasalahan pada:

1. Subjek penelitian adalah remaja tingkat SMP Negeri di Kelurahan Duren Sawit
2. Fokus penelitian dibatasi pada remaja SMP yang merokok

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, peneliti merumuskan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Ketergantungan terhadap Merokok pada Remaja SMP ?”.

E. Kegunaan Hasil Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling maupun dalam bidang Pendidikan. Selain hal tersebut, penelitian ini juga diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti lain dalam memperluas wawasan untuk mengkaji permasalahan merokok di kalangan siswa Sekolah Menengah Pertama.

b. Manfaat Praktis

i. Bagi Unit Layanan Bimbingan Konseling (ULBK)

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi Unit Layanan Bimbingan Konseling Universitas Negeri Jakarta untuk menciptakan program pencegahan penggunaan rokok pada remaja dengan berbasis sekolah untuk mengatasi permasalahan rokok yang telah terjadi.

ii. Bagi Konselor

Penelitian ini diharapkan dapat membantu konselor terutama konselor sekolah atau guru BK dalam merancang program untuk menangani permasalahan siswa yang berkaitan dengan merokok dan membantu guru BK dalam melaksanakan program pencegahan siswa terhadap penggunaan rokok.

iii. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan masukan untuk membantu mahasiswa dalam mengetahui gambaran merokok dikalangan remaja. Selain itu, juga dapat dijadikan studi banding untuk penelitian selanjutnya mengenai merokok dikalangan remaja.